



Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №93"
М.Г. Бочкина/

МЕНЮ
15 мая 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ <small>(макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сыр российский)</small>	160	5,2	4,9	27,4	175	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(сахар песок, чай черный байховый)</small>	200	0,1		9,5	38	0
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеничной муки высш.сорт обог. микроэлементами)</small>	40/6	2,9	6,2	20	147	0
		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ <small>(яйца куриные (шт.))</small>	40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			446	13,1	15,6	57,2	421	0
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ <small>(куры потрош. 1 категории, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, картофель, вода питьевая, морковь, лук репчатый, соль йодированная)</small>	180	5,5	5,8	16,2	140	5,3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР <small>(куры потрош. 1 категории, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная)</small>	200	9,2	12,7	8,2	186	28,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)</small>	180			9,2	37	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	50	3,2	0,4	20,6	99	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ <small>(огурцы соленые)</small>	41	0,3		0,7	5	2,1
Итого			651	18,2	18,9	54,9	467	35,5
Полдник								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(рыба пикша, лук репчатый, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)</small>	80	8	3,1	1	64	0,4
2012	415	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ <small>(горох лущеный, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	130	8,2	3,8	17,2	136	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК <small>(кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)</small>	200	3,7	3	16	106	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			450	22,9	10,1	53,7	398	1
Ужин								
2008	411	КИСЕЛЬ <small>(кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)</small>	200			18	72	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье сахарное мука высш.сорт)</small>	40	3,4	4,4	33,5	188	0
Итого			240	3,4	4,4	51,5	260	0
Всего				57,6	49	217,3	1546	36,5

медицинская сестра

Серебрякова

Серебрякова Г.В.

повар

[Signature]